

uit de boekenkast



Lubbers, R. (1988).
*Psychotherapie door
beeld- en begripsvorming*
Nijmegen: Dekker & Van de Vegt.

Hermeneutiek in beeld

Mijn vader was psychotherapeut en als hoogleraar verbonden aan de Universiteit van Utrecht. Ik heb zijn boekenkast geërfd, met daarin werk van veel beroemde en beruchte psychologische en filosofische denkers. Als ik de omslagen bekijk vraag ik me af wat wij coaches kunnen leren van deze grote denkers. Voor deze artikelenreeks pak ik elke keer een ander boek uit de kast om antwoord te vinden op deze onderzoeksvraag. Ik nodig je graag uit om deel te nemen aan deze speurtocht, in dialoog met onze traditie. Voor deze thema-uitgave over spel heb ik gekozen voor 'Psychotherapie door beeld- en begripsvorming', een boek geschreven door mijn vader. Hij was therapeut en werkte via beeldcommunicatie. Eerst alleen met kinderen door spel en later ook met volwassenen via verhaal, beeld en dromen. Dat werd een bijzonder leesavontuur, waarbij herinneringen terugkwamen aan een tijd waarin ik als kind soms mee mocht naar zijn werk en in de prachtige speelkamer mocht spelen.

AUTEUR: JIKKE DE RUITER

Het boek start keurig met uitleg over het waarom: "Het gaat over deskundige hulpverlening aan mensen die het spoor bijster zijn geraakt. Het is bedoeld als inleiding in en verantwoor-

ding van een *hermeneutiek* (het verstaan, begrijpen en interpreteren van levensuitingen), die noodzakelijk is als je op een dwaalspoor bent geraakt en in je eigen omgeving het juiste

begrip moet ontberen.” Hermeneutiek gaat over het geven van betekenis, in dit geval aan gebeurtenissen uit het leven. Iets dat ook terug te vinden is in de kern van coaching. Lubbers legt uit: “Als mensen die bij elkaar horen het begrip voor elkaar verliezen, is hun *Verständigungsgemeinschaft* (Gadamer’s aanduiding van een ‘groep’ waarin gemeenschappelijk begrip bestaat) verstoord en dan wordt het leven riskant omdat ze op zichzelf, onbereikbaar voor anderen, hun eigen gang moeten gaan. Als zij zich dan aan de anderen stoten en zich gaan verweren, kunnen zij een last voor hen en zichzelf worden. Als zo’n deficiëntie een of enkelen treft, worden zij onbegrepen buitenstaanders die zich anders dan anderen en dus opvallend gedragen. Met welke term hun deficit (tekort) benoemd wordt, hangt van het leefmilieu af. Gangbare namen zijn: gesloten, gestoord, moeilijk opvoedbaar, autistisch. Daarin zijn reacties op het deficit door de omgeving tot kenmerk van het individu gemaakt.” Lubbers stelt dat het de opdracht is van therapeuten om dit soort labels grondig te onderzoeken op hun waarheid, om te voorkomen dat het etiket de plaats inneemt van het individu.

De hermeneutiek biedt mogelijkheden voor het herstel van onbegrip en de dwaalwegen die daaruit voortkomen. Dit therapeutisch proces is niet gericht op verandering van de persoon maar op de verandering van inzicht. Hij volgt hier de visie van Hans George Gadamer (1900-2002), een Duits filosoof met de hermeneutiek als onderzoeksgebied.

Het hermeneutisch proces beschrijft hij als volgt: “Hermeneutische therapieën hebben altijd iets van een gedeeld avontuur in een onbekend land, waaraan de deelnemers in goede kameraadschap samenwerken. Het is een geweldige ervaring zoiets samen te doen en meestal eindigt zo’n tocht met een vernieuwd inzicht en wederzijds respect. Het heeft als doel: verstaan en interpreteren van onverteerbare ervaringen.” Wat is het verschil tussen begrijpen en interpreteren? Begrijpen is verstaan vanuit je eigen wereld, terwijl interpreteren

altijd iets te maken heeft met afstand nemen van jezelf. In de hermeneutische cirkel van het begrijpen worden denkwijzen van verschillende betrokkenen naast elkaar gezet en vindt er een horizonverruiming plaats, die de nauwe kaders van de eigen en andermans visie doorbreekt. Een anders interpretatie werpt altijd een bijzonder licht op het leven van de cliënt, waardoor deze ook anders leert kijken.



Illustratie: Malou de Ruiter

Het verstand gebruikt begrippen, het gevoel beelden waarin het zich manifesteert: spoken, wegen waar maar geen eind aan wil komen. Dan lijkt een boom ineens een grinnikende duivel en is een losse steen op de weg een bom. Zulke gevoelservaringen kunnen zo omvangrijk worden dat ze alles en iedereen vertekenen, waardoor mensen al snel ‘gestoord’ worden genoemd. Hermeneutische methodes zijn bedoeld om mensen weer op hun verhaal te brengen. Lubbers vergelijkt psychotherapeuten daarom met architecten “die jou helpen om met de bestaande bouwstenen op verhaal te komen en je leven in te richten. Zo’n bouwmeester maakt niet zijn eigen huis, maar hij probeert voor jou het huis van je leven te bouwen. Hij zal jouw wensen en verlangens gestalte helpen geven en daartoe zijn deskundigheid gebruiken. Hij staat je terzijde, niet met prefabwoningen maar hij werkt aan iets dat er voordien niet was.”

Als het om verstoord leven gaat kan het nodig zijn ver in het verleden terug te gaan naar omstandigheden die zelfs niet meer te achterhalen zijn. Dan heeft de verbale hermeneutiek haar

grenzen bereikt en moet er gezocht worden naar de hermen uit het verleden. “Daarover laat ik mij informeren met de meest adequate mid-delen: expressie in beelden.”

Beeldcommunicatie en spelkamer

Beeld- en begripscommunicatie schetst Lubbers als fundamenteel verschillend. Begripscom-municatie betreft de omgang met de ander (het andere) in het dagelijks verkeer. Zij maakt het mogelijk met de therapeut te leven in de logos van een taalgemeenschap. Zij vraagt naar gevoelens en ervaringen en zal inzicht proberen te krijgen door emotionele verbanden te expli-citeren. Beeldcommunicatie tovert meeleeftbaar voor ogen wat je voelt en wat je beïnvloedt. Het resultaat is dat dramatische kanten van het leven in een nieuwe context komen te staan, waardoor alle betrokkenen eraan deel kunnen nemen. Het spel is niet ‘echt’, maar de gevoe-lens erbij wel.

Een voorbeeld: een emotioneel beschadigde man, die een aanval op zijn geliefde waagt, is niet écht boos op haar. Zij vertegenwoordigt

de dreiging en dat maakt het erg moeilijk zijn gevoelens niet op haar uit te leven. De mensen om hem heen zijn tot figuranten in een drama geworden dat hem in de ban houdt. Hoe raakt hij uit de ban van zijn angst? Het is niet altijd verstandig het affectief appel, dat zo’n drama doet, te ontkennen en zo’n speler van zijn ongelijk te overtuigen. Het is beter het te laten gebeuren, maar op een daartoe geëigende plaats: het toneel of de speelkamer.

Dit spelen heeft alles te maken met de verwer-king van wat iemand is overkomen. Het is recre-atie. Maar daarvoor heeft het een eigen ruimte nodig, eigen materiaal en eigen mensen die de rol van toeschouwer op zich willen nemen. “Want het lukt niet nieuwe vorm en inhoud aan een verstoord leven te geven als anderen niet deelnemen aan wat ik naar voren wil brengen en mij terzijde staan, met hun inzicht.”

Het in context brengen van beelden vraagt een uitgebreid arsenaal aan expressiemedia, zoals muziek, dans, spel, tekenen, schilderen, dromen. Soms ook is tegenspel noodzakelijk als

Het is nooit het objectief
gegevene waarin
mensen verward raken;
altijd lopen zij vast in de
interpretatie van hun leven



de verbeelding al te eenzijdig blijft. Zoals bij een kind dat heel bang is voor een boze krokodil en in staat is gesteld zijn agressie op het dier te ontladen – in de speelkamer natuurlijk – het kan later met de krokodillenfamilie gaan spelen en leren om zo begrip voor die dieren te krijgen, waarbij de therapeut als kenner van mensen en van krokodillen helpt het spel levensecht te laten verlopen. Zo leren mensen zich niet alleen in zichzelf, maar ook in de ander(het andere) te verdiepen.

Wat hebben we van deze traditie behouden in onze visie op coaching?

Lubbers beschrijft waarom beeldcommunicatie een essentieel onderdeel is van het therapeutisch proces. Coaches zijn geen therapeuten. Sterker nog, we beseffen dat er een grens is aan onze opdracht, waardoor we graag doorverwijzen naar de therapeut als het verhaal van de cliënt naar een stoornis lijkt te verwijzen. Maar we zijn wel gek op beeld en beseffen heel goed dat beeld en spel belangrijke communicatiemiddelen zijn. In bijna iedere coachpraktijk vind je dan ook visuals, kleurpotloden, spellen, verhalen en films. We zetten het in als onze klant bijvoorbeeld niet verbaal is, dan kun je betekenissen uitdrukken via beeld, spel. Dat wordt vandaag de dag door coaches veel gedaan.

Wat hebben we losgelaten van deze werkwijze?

In de academische wereld is beeldcommunicatie lang afgedaan als onwetenschappelijk, intuïtief en ontoetsbaar. Lubbers zijn levenswerk was om de hermeneutische therapie met zijn beeldcommunicatie geaccepteerd te krijgen binnen de wetenschap. Dat is niet gelukt. Deze behandelwijze gaat namelijk uit van het individu en zijn context en stelt de interpretatie helemaal open. Pas een paar jaar geleden is beeldcommunicatie wetenschappelijk erkend als 'goed theoretisch onderbouwd' voor behandeling van kinderen.

Wij coaches werken vanuit de praktijk, niet vanuit de wetenschap en wij hebben de wetenschapsdwang losgelaten. Wij mogen vrij acteren en kunnen ons dus naar hartenlust storten op spel. Dat geeft ons veel vrijheid.

De andere kant is, dat we soms maar wat doen. Omdat we onze werkwijze niet hoeven te toetsen zijn we ook wat snel tevreden met hoe we de processen begeleiden. We hebben het geduld en de bekwaamheid losgelaten die nodig zijn voor het creëren van een gemeenschappelijke taal om zo mensen door het proces van 'verstaan' van hun situatie te leiden. De verbeelding lijkt nu oppervlakkiger: schilder hoe je je voelt en de verlossing is nabij.

Hermeneutiek veronderstelt daarnaast een 'meerzijdig' verstaan, mogelijk gemaakt door de hermeneutische cirkel waarin iedere betrokkene zijn visie geeft op het verhaal. Zolang wij coaches ervoor kiezen om afgezonderd met onze klant in een kamertje te blijven zitten, missen we dit essentiële stuk interpretatie.

Wat hebben we toegevoegd?

Speltherapie richt zich voornamelijk op kinderen. Lubbers heeft de beeldcommunicatie later ook ingezet bij de gesprekken met volwassenen, waarbij hij ten slotte de droom als het ultieme beeld een plek gaf in zijn gesprekskamer. Voor coaches is spel niet gebonden aan kinderen, wij stimuleren volwassenen om meer spelend in het leven te staan met alle middelen die we hebben.

Maar dit is wat anders dan spel introduceren als middel tot verstaan. Wat we nog mogen toevoegen is studie, training en opleiding in het specifieke van werken met spel en beeld. We kunnen heel veel leren van de expertise van psychologen en therapeuten. Ik ga dus maar weer eens een volgend boek uit de boekenkast halen. ■

Ontroerend in het boek is de casuïstiek waarin de speltherapie nauwkeurig wordt beschreven. Op www.tvc.nl treft je ter illustratie een casus over een jongetje wiens broertje was overleden. De jongen had grote moeite dit verlies te verwerken, maar kon wel via spel zijn gevoel verbeelden, waardoor het meeleefbaar en meedeelbaar werd voor de therapeut.